

Fortbildung: KursleiterIn für Kinderballett im Freizeitsport

Ausbildungsinhalte

<p>Aufbau einer Ballettstunde/ Didaktik/ Methodik</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Bedeutung des Ballettunterrichts im Freizeitsport • Unterrichtsaufbau bezogen auf unterschiedliche Altersgruppen • Didaktik/ Methodik • Allgemeines
<p>Anatomie/ gesundheitliche Aspekte des Ballett-Trainings</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Kinesiologie • Funktionen • Die Wirbelsäule • Becken/ Hüfte • Knie, Füße, Arme, Schultern • Erste Hilfe im Tanzsaal
<p>Verständnis der Lehrpläne Vorstufe – Grundstufe 1-3</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Begriffe und Aufbau abschließend • Relation der Stufen zueinander • Aufbau der verschiedenen Stufen aufeinander
<p>Musik/ Rhythmus/ Choreografie, Erstellen von Übungen</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Unterscheidung der gängigen Rhythmen • Zählen von Musik • Definitionen • Musikbogen, Takt • Rhythmus-Noten • Aspekte einer Choreografie (Teams, Paare, Soli, Aufstellungsformen, Muster, Formen) • Erstellen von Übungsfolgen und Choreografien
<p>Aspekte des Spitzentrainings/ Der Fuß als Basis</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Aufbau • Gewölbe • Nomenklatur • Gelenke im Fuß • Muskulatur • Fußformen • Be-/ Überbelastung • Tücken im Tanz • Spitze ab wann • Wahl des richtigen Schuhs für Anfänger • Aufbau eines Spitzenschuhs • Ideale Fußform • Anfängerstunde: welche Übungen? • korrektes Belasten des Schuhs • Bänder nähen und Binden • den richtigen Schoner finden
<p>Praxis/ Lehrproben</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Stundenprotokoll • Musik und Übungsauswahl • Arbeiten mit den Lehrplänen • vermitteln von Übungen • Methodik • Didaktik • Lehrstil